

**Satu Vähäjlkkä**

**”ILOA ARKEEN”**

**- KEHITYSVAMMAISTEN ASUMISPALVELUYKSIKÖN  
VAPAA-AJAN KEHITTÄMISTYÖ**

**Opinnäytetyö**

**KESKI-POHJANMAAN AMMATTIKORKEAKOULU**

**Sosiaalialan koulutusohjelma**

**Helmikuu 2010**



## TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

<b>Yksikkö</b> Ylivieskan yksikkö	<b>Aika</b> Helmikuu 2010	<b>Tekijä/tekijät</b> Satu Vähäylikkä
<b>Koulutusohjelma</b> Sosiaalialan koulutusohjelma		
<b>Työn nimi</b> ”Iloa arkeen” - Kehitysvammaisten asumispalveluyksikön vapaa-ajan kehittämistyö		
<b>Työn ohjaaja</b> Kaija Koivusaari		<b>Sivumäärä</b> 28+2
<b>Työelämäohjaaja</b>		
<p>Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää kehitysvammaisten asumispalveluyksikön vapaa-ajan toimintoja. Opinnäytetyö oli toiminnallinen, ja tutkimuksellisenä menetelmänä käytettiin kvalitatiivista tutkimusotetta. Aineistoa kerättiin havainnoimalla yksikön toimintoja ja asukkaiden elämää, haastatteleamalla ohjaajia ja asukkaita, sekä ammatilliseen kirjallisuuteen ja aiempiin tutkimuksiin perehtyen. Tiedot osiot työstä on jätetty vain tilaajalle.</p> <p>Asumispalveluyksikön lähtötilanteen selvittämisen, asukkaiden ja ohjaajien toiveiden kuuntelun, sekä yhteistyötahojen kartoittamisen jälkeen laadittiin vapaa-ajan toimintasuunnitelma. Suunnitelmaa testattiin ja sen jälkeen kerättiin palautteet yksikön ohjaajilta. Johtopäätösten perusteella suunnitelma vaihdettiin ”ideapankiksi”, jota voidaan hyödyntää harrastustoimintojen valitsemiseksi tilanteiden ja tarpeiden mukaan.</p> <p>Prosessin aikana havaittiin, kuinka tärkeää olisi harrastusmahdollisuuksien monipuolinen tarjonta sekä tarvittavan tuen mahdollistaminen kehitysvammaisten henkilöiden vapaa-ajan kehittämiseksi. Jos valinnanmahdollisuuksia ei ole paikkakunnalla paljoa tarjolla, eikä yksilöllistä ohjausta ole mahdollista riittävässä määrin antaa, vapaa-ajan kehittäminen ja yhdenvertaisuuden mahdollistaminen ei toteudu laatusuosituksen mukaisesti.</p> <p>Asumispalveluyksikössä kuitenkin käynnistyi keskustelu vapaa-ajan kehittämisestä, ja sitä on tarkoitus jatkossa ohjaajien itsensä omatoimisesti monipuolistaa ja kehittää.</p>		

### Asiasanat

asumispalvelut, kehitysvammaisuus, vapaa-aika

## ABSTRACT

<b>CENTRAL OSTROBOTHNIA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES</b> Ylivieska Unit, Department of Social Services	<b>Date</b> February 2010	<b>Author</b> Satu Vähäjlkkä
<b>Degree programme</b> Degree Programme in Social Services		
<b>Name of thesis</b> "The joy of everyday life" – developing the free time activities of a residential house for intellectually disabled persons		
<b>Instructor</b> Kaija Koivusaari		<b>Pages</b> 28+2
<b>Supervisor</b>		
<p>The aim of this thesis was to develop free time activities of a residential house for intellectually disabled persons. The thesis was functional and the research method was qualitative. The data was collected by interviewing the instructors and residents of the residential house, observing the life of the residents as well as the operations of the residential house, and reading occupational literature and researches. Certain issues were left only for use of the residential house.</p> <p>After finding out what the situation was at the moment, listening to the residents and instructors, and mapping out the cooperative partners in the community area who could possibly make leisure time of the residential house more comprehensive, a strategy for the leisure time was drawn up. The strategy was tested after which final feedback was collected from the instructors. On the basis of the results the strategy was formed into an "idea paper" for the residential house. It can be benefitted when there is a need for freetime activities.</p> <p>During the process it was discovered that it is very important to have multiple choices of free time activities in the community, and offer enough support to disabled people, so you could develop their free time. If those matters are improper, development of free time activities and the equality of disabled persons are not as they should be according to the quality recommendations.</p> <p>Finally, discussion on developing the free time activities in the residential house started, and the aim is that in the future the instructors will develop and diversify the free time activities independently.</p>		
<b>Key words</b> residential services, intellectually disabled persons, free time		

## **TIIVISTELMÄ**

## **ABSTRACT**

## **SISÄLLYS**

<b>1</b>	<b>JOHDANTO .....</b>	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>KESKEISET KÄSITTEET .....</b>	<b>2</b>
2.1	Vapaa-aika - sosiaalista kuntoutusta? .....	2
2.2	Kehitysvammaisuus .....	3
2.3	Asumispalvelut .....	6
<b>3</b>	<b>OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSSUUNNITELMA .....</b>	<b>8</b>
3.1	Aineiston kokoamissuunnitelma ja menetelmien käyttö .....	8
3.2	Toiminnallinen opinnäytetyö .....	11
<b>4</b>	<b>TEOREETTINEN VIITEKEHYS .....</b>	<b>13</b>
4.1	NOVA – normalisaatio, osallistuminen, vuorovaikutus, aikuisuus .....	13
4.2	Vammaisen henkilön vapaa-aika ja harrastaminen .....	15
4.3	Uudistettu vammaispalvelulaki.....	17
<b>5</b>	<b>OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMISPROSESSI .....</b>	<b>19</b>
5.1	Vapaa-ajan toimintasuunnitelman laatiminen .....	21
5.2	Johtopäätökset .....	23
5.3	Jatkosuunnitelmat .....	25
<b>6</b>	<b>POHDINTAA .....</b>	<b>26</b>
<b>7</b>	<b>LÄHTEET .....</b>	<b>29</b>

## **LIITTEET**

## 1 JOHDANTO

Tutkimuksen kohteena oleva asumispalvelu- ja työtoimintayksikkö on perustettu vuoden 2008 alussa. Siellä asuu 22 eritasoisesti kehitysvammaista tai pitkäaikaissairasta henkilöä, lisäksi talossa on yksi huone tilapäishoidon tarvisijoille. Yksikön vastaava ohjaaja otti minuun yhteyttä ja pyysi miettimään, ottaisinko opinnäytetyöni aiheeksi talon vapaa-ajan toiminnan kehittämistehtävän. Hänen esittämiensä aihealueiden perusteella muodostin itselleni tutkimuskysymyksen: ”Millainen harrastustoiminta on sopivaa ja mielekästä asukkaiden vapaa-ajalle?”

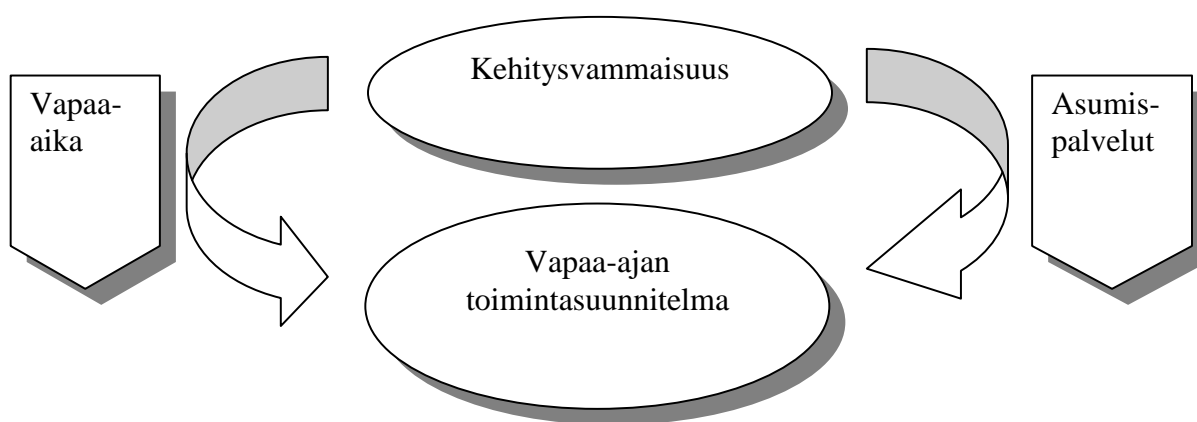
Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli luoda kokonaisvaltainen kuva asukkaiden tämänhetkisestä elämästä sekä kehittää asukkaiden vapaa-aikaa. Vapaa-ajan kehittämisellä edistettäisiin myös asukkaiden sosiaalista kuntoutusta. Tarkoitukseni oli näin osallistua yksikön järjestämien asumispalveluiden laadunkehittämiseen.

Keräsin aineistoa kodin toiminnasta, arvoista ja toiveista havainnoimalla yksikön asukkaiden elämää ja toimintoja, haastatteleamalla niin asukkaita kuin ohjaajiakin, sekä tutustuen kodin perehdytyskansioon sekä muihin tarvittaviin asiakirjoihin. Tutustuin ammatillisen kirjallisuuden ja aiempien tutkimusten avulla kehitysvammaisten elämään, asumispalveluihin, vapaa-aikaan sekä laatusuosituksiin. Kartoitin myös ulkopuolisia tahoja tavoitteenani löytää yhteistyökumppaneita vapaa-ajan monipuolistamiseksi. Näiden pohjatietojen perusteella laadin vapaa-ajan toimintasuunnitelman.

Toimintasuunnitelman testauksen jälkeen päädyttiinkin jättämään se asumisyksikössä keväällä käynnistyneen Alli-valmennusohjelman tueksi, ja käyttöön otettiin ns. ”ideapankki”, johon koostin erilaisia harrastusmahdollisuuksia asukkaiden tason mukaisesti. Lopputuloksena kodissa käynnistyi ohjaajien omaehtoinen asukkaiden vapaa-ajan kehittäminen ja monipuolistaminen.

## 2 KESKEISET KÄSITTEET

Opinnäytetyöni keskeisiä käsitteitä ovat vapaa-aika, kehitysvammaisuus ja asumispalvelut. Nämä käsitteet ovat mielestäni syytä avata, koska opinnäytetyöni aiheena on asumispalveluyksikössä asuvat kehitysvammaiset ja juuri heidän vapaa-aikansa.



Kuvio1. Tutkimuksen viitekehys

### 2.1 Vapaa-aika - sosiaalista kuntoutusta?

Vapaa-aika on sellaista aikaa, joka jää vapaaksi työstä sekä kodin välttämättömistä, päivittäisistä askareista ja itsensä huolehtimisesta. Vapaa-aika kuuluu henkilön omien valintojen mukaiselle toiminnalle. Vapaa-aikaa voi käyttää henkilökohtaisten tavoitteiden toteuttamiseen sekä ihmissuhteiden ylläpitämiseen ja kehittämiseen. Vapaa-aika muuttuu tyhjäksi joutoajaksi, jos henkilöllä ei ole mahdollisuuksia toimintaan eikä valintojen tekemiseen erilaisten mahdollisuuksien välillä. Näin käy, jos henkilöltä puuttuvat tarpeelliset tukitoimet, joiden avulla hän voisi osallistua mielekkääseen toimintaan. Joutoajan runsaus osoittaa, ettei henkilö saa tarvitsemaansa tukea vapaa-ajan toimintaan. (Saloviita 1995, 78.)

Jokaisen tulisi itse voida päättää siitä, mikä on hänen mielestään rentouttavaa ja voimia antavaa toimintaa arjen keskelle. Jos valintojen tekeminen on vaikeaa, siihen voi vähitellen oppia. Kehitysvammaisen henkilön kanssa työskentelevä ammattihenkilö, esimerkiksi tässä tapauksessa asumisyksikön ohjaaja, on velvollinen selvittämään asukkaalle mieluisat ja kiinnostavat vapaa-ajan toiminnot. (Lehtinen & Pirttimaa 1995, 76.)

Sosiaalisen käsite tarkoittaa elämistä, asumista, asioimista, työskentelyä, oppimista ja liikkumista vuorovaikutuksessa toisten ihmisten kanssa. Jokaisella on oma käsitys itsestään ja toisista, oma persoonallinen tapa ilmaista itseään, joka on muotoutunut puolestaan eletyn elämän ja kokemusten kautta. (Karjalainen & Vilkkumaa 2008, 93.) Sosiaalinen kuntoutus korostaa erityisesti ihmisen ja hänen sosiaalisen ympäristönsä vuorovaikutusta ja yhteensopivuutta. (Karjalainen & Vilkkumaa 2008, 29). Ryhmämuotoisessa tai vuorovaikutuksellisessa kuntoutuksessa on mahdollisuus harjoitella monia tunne-elämän ja sosiaalisen elämän tilanteita. (Karjalainen & Vilkkumaa 2008, 34). Näkisin, että jos vammaisen henkilö saa kokemuksia arkielämää rikastuttavista vapaa-ajan harrastuksista, se lisää hänen sosiaalista kuntoutumistaan. Elämänpiirin laajentuminen vaikkapa kodin ulkopuolelle harrastuksien myötä lisää henkilön integroitumista yhteiskuntaan ja antaa mahdollisuuden henkiseen kasvuun ja hyvinvointiin. Sosiaalinen kuntoutus voi antaa tilaisuuden korjata yksilön omaa mahdollista kokemustaan ulkopuolisuudesta.

## **2.2 Kehitysvammaisuus**

Malmin teoksessa, Esteistä mahdollisuuksiin – Vammaistyön perusteet, kehitysvammalla tarkoitetaan ymmärtämis- ja käsityskyvyn alueella olevaa vammaa. Uusien asioiden oppiminen ja käsitteellinen ajattelu on kehitysvammaiselle vaikeaa, joskin he voivat oppia monia asioita samoin kuten muutkin ihmiset. Kehitysvammaisuuden kuvaamiseen on yleensä käytetty älykkyyssosamäärän mittauksia, mutta se on kuitenkin vain yksi osa ihmisen persoonallisuutta.

Kehitysvammaiset ovat samalla tavalla yksilöllisiä kuin muutkin ihmiset, heillä on oma persoonallisuutensa, omat vahvuutensa, mahdollisuutensa ja kykynsä, jotka on löydettävä ja joita täytyy tarvittaessa tukea. Vamman aiheuttamia haittoja voidaan vähentää tukemalla niitä itsenäisen elämän taitoja, joita vamma rajoittaa. Toimintakyvyn ja tukitoimien tulee olla tasapainossa, sillä liiallinen tuki saattaa aiheuttaa opittua avuttomuutta ja liian vähäinen tuki kuntoutumisen tavoitteiden saavuttamattomuutta. Yksilöllinen, tarpeenmukainen tuki ja palvelut auttavat kehitysvammaista ihmistä elämään hyvää, hänelle luontaista, itsenäistä elämää yhteiskunnan tasa-arvoisena jäsenenä. (Malm, Matero, Repo & Talvela 2004, 165 - 166.)

Maailman terveysjärjestön (WHO) tautiluokituksen ICD-10:n (International Statistical Classification on Diseases and Related Health) mukaan älyllisellä kehitysvammaisuudella tarkoitetaan tilaa, jossa henkisen suorituskyvyn kehitys on estynyt tai puutteellista. Luokituksen mukaan kehityksen puutteet koskevat erityisesti kehitysiässä ilmaantuvia taitoja eli yleiseen henkiseen suorituskyyyn vaikuttavia kognitiivisia, kielellisiä, motorisia ja sosiaalisia taitoja. Älyllinen kehitysvammaisuus voi esiintyä joko yksinään tai samanaikaisesti minkä tahansa fyysisen tai psyykkisen tilan kanssa. (Kaski ym., 2009, 16.)

The American Association on Intellectual and developmental Disabilities (AAIDD) määrittelee kehitysvammaisuuden tarkoittavan tämänhetkisen toimintakyvyn huomattavaa rajoitusta. Tilalle on ominaista merkittävästi keskimääräistä heikompi älyllinen suoriutumiskyky (ÄO alle 70 - 75), johon liittyy rajoituksia kahdessa tai useammassa tiettyjen taitojen osa-alueissa, kuten kommunikaatiossa, itsestä huolehtimisessa, kotona asumisessa, sosiaalisissa taidoissa, yhteisössä toimimisessa, itsehallinnassa, terveydessä ja turvallisuudessa, oppimiskyvyssä, vapaa-ajassa ja työssä. Kehitysvammaisuus ilmenee ennen 18 vuoden ikää. (Kaski ym. 2009, 16 - 17.)



Lievä kehitysvammaisuus ilmenee esimerkiksi oppimisvaikeuksina. Lievästi kehitysvammaiset pystyvät luomaan sosiaalisia suhteita, useimmiten he tarvitsevat kuitenkin työssään opastusta ja valvontaa. (Malm ym. 2004,176.) Lievästi kehitysvammainen henkilö on yleensä henkilökohtaisissa toimissaan omatoiminen ja pystyy aikuisena asumaan itsenäisesti tai tuettuna. (Kaski ym. 2009, 20).

Keskiasteiset kehitysvammat aiheuttavat laajempia kehityksen viiveitä kuin lievät kehitysvammat. Tuen avulla on mahdollista kehittyä päivittäisissä taidoissa melko itsenäiseksi. (Malm ym. 2004, 176.) Aikuisiässä he tarvitsevat vaihtelevasti tukea elääkseen ja työskennelläkseen yhteiskunnassa. Asumiseen he tarvitsevat enemmän valvontaa kuin lievästi kehitysvammaiset henkilöt. Useat keskiasteisesti kehitysvammaiset henkilöt pystyvät osallistumaan ohjattuun työhön joko tavallisessa työpaikassa tai työkeskuksessa. (Kaski ym. 2009, 21.)

Vaikea kehitysvamma aiheuttaa jatkuvaa tuen ja ohjauksen tarvetta. Monilla vaikeasti kehitysvammaisilla on myös kommunikointivaikeuksia. (Malm ym. 2004, 176.) Koulussa, asumisessa ja työtehtävissä henkilö tarvitsee huomattavia tukitoimia. Hän on riippuvainen muista ihmisistä ja kuntoutus vaatii paljon työtä. Pitkän kuntoutuksen avulla voidaan kehittyä kuitenkin melko itsenäiseksi henkilökohtaisissa päivittäisissä toimissa. (Kaski ym. 2009, 21.)

Syvästi kehitysvammaiset ovat täysin riippuvaisia toisista ihmisistä. Heillä esiintyy vaikeita kommunikointi- ja liikkumisvaikeuksia. Heidän on vaikea huolehtia henkilökohtaisista asioistaan ja hallita suolensa tai rakkonsa toimintaa. He voivat oppia yksinkertaisia työtehtäviä, mutta tarvitsevat jatkuvaa hoitoa. Kehitysvammoihin liittyy usein myös monia lisävammoja. Näitä voivat esimerkiksi olla liikuntavammat, aistivammat, erilaiset neurologiset häiriöt ja kielelliset häiriöt. Lisävammojen laatu ja määrä vaikuttavat siihen, kuinka paljon ne rajoittavat yksilön toimintaa. (Malm ym. 2004, 176.) Opettamisessa tähdätään päivittäisiin elämäntilanteisiin liittyvien asioiden oppimiseen sekä mm. kommunikaatioon ja liikkumiseen liittyvien perusasioiden kehittymiseen. Hän voi tulla omatoimiseksi joissakin päivittäisen elämän toiminnoissa,

kuten syömisessä, ja oppia yksinkertaisia työtehtäviä. Asumisessa tarvitaan jatkuvaa ympärivuorokautista valvontaa. (Kaski ym. 2009, 21 - 22.)

Autismi on autismin kirjoon kuuluva neurobiologinen keskushermoston kehityshäiriö, joka aiheuttaa vaihtelevia toiminnan esteitä. Autistisilla henkilöillä aistien välittämä tieto ja sen tulkinta on yksilöllistä ja tavallisesta huomattavasti poikkeavaa. Autistinen henkilö voi kommunikoida poikkeavasti, ajattelee, ymmärtää ja mieltää asioiden merkityksiä ja ympäristöään eri tavalla. Käyttäytymisessä havaittavia piirteitä ovat esimerkiksi puutteellinen tai poikkeava sosiaalinen vuorovaikutus ja kommunikaatio, rajoittunut tai stereotyyppinen käytös, sekä poikkeavat reaktiot aistiärsykkeisiin. (Autismi- ja Aspergerliitto 2009.)

Autistinen henkilö tarvitsee selkeän järjestyksen elämäänsä, struktuuri ja suunnitelmallisuus ovat erittäin tärkeässä asemassa hänen elämässään. Struktuuri antaa tietoa toiminnan pohjaksi: mitä tehdään, missä tehdään, kuinka paljon on tehtävä, kenen kanssa tehdään ja mitä tehdään seuraavaksi. Tarvittavan struktuurin määrä riippuu autismin asteesta ja kehitystasosta. (Kaski ym. 2009, 111.)

### **2.3 Asumispalvelut**

Valtakunnallinen suositus vammaisten ihmisten asumispalveluista on osa Sosiaali- ja terveydenhuollon tavoite- ja toimintaohjelman 2000 – 2003 (TATO) mukaista laatusuosituksen laadintaa. Suosituksen tavoitteena on tukea kuntia vammaisten henkilöiden asumisen ja asumispalvelujen kehittämisessä. Laatusuosituksessa esitetään vammaisuuden käsite tilanteena, jossa ihmisen kyky toimia on rajoittunut vamman tai sairauden johdosta. Vammaisuutta ei nähdä diagnoosipohjaisena tai ikään liittyvänä kysymyksenä. Asuminen ymmärretään ihmisten elämän yhdeksi perusasiaksi. (Vammaisten ihmisten asumispalveluiden laatusuositus 2003.)

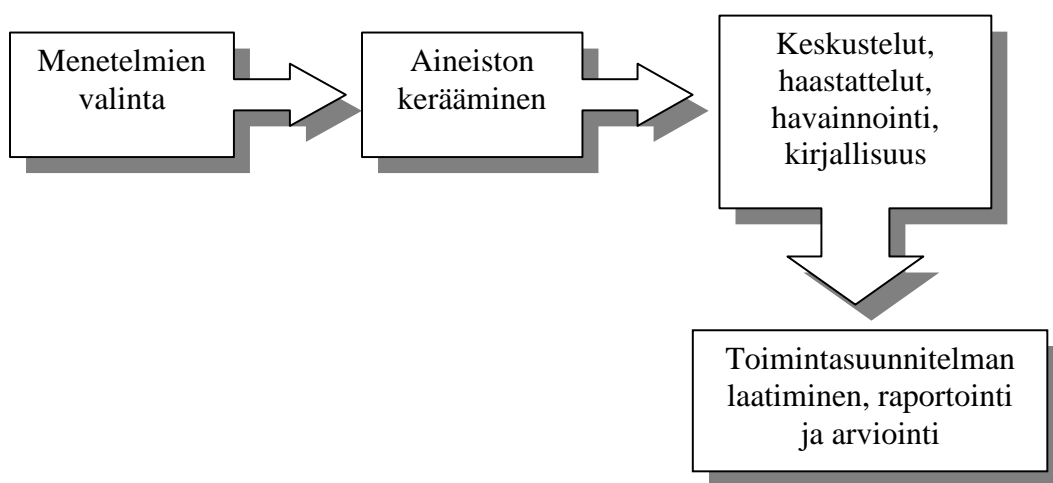
Vaikeavammaisten henkilöiden kohdalla asumisen käsite tarkoittaa pitkälti elämän käsitettä. Se, miten henkilö voi itse ohjata elämäänsä ja osallistua yhteiskunnan toimintoihin, riippuu hyvin paljon hänen asumisensa järjestelyistä. (Kotiranta 2008, 3.) Asumispalveluissa, palveluasumisessa, autetussa asumisessa, tuetussa asumisessa ja niin edelleen, on kyse vammaisten ihmisten kohdalla useimmiten siitä, miten apu järjestetään ja millaista apua tarvitaan. Tarvitaanko hoivaa, hoitoa, tukea, kuntoutusta vai henkilökohtaista apua? Samalla pitää pohtia, millaisia toimintoja ja asioita palvelu mahdollistaa. (Nurmi - Koikkalainen 2009, 8.)

Asumisessa ja sitä mahdollistavissa palveluissa on kyse yksittäisen toimintarajoitteisen asukkaan turvallisuudesta, yksityisyydestä, elämänlaadusta ja yhdenvertaisista mahdollisuuksista elää ja toimia yhteiskunnassa muiden kansalaisten tavoin. Yhdenvertaisuusperiaate ja syrjintäkielto ovat oikeusjärjestyksemme keskeisimpiä periaatteita. Ne edellyttävät, että samanlaisissa tilanteissa ihmisiä kohdellaan samalla tavalla. Ympäristö, järjestelmät ja palvelut ovat ihmisiä varten. Erityisesti yleiseen käyttöön tarkoitettujen tilojen ja palveluiden tulee olla kaikkien saavutettavissa ja käytettävissä. (Vammaisten ihmisten asumispalveluiden laatusuositus 2003, 7 - 8.)

Tutkimusten mukaan keskeinen asumisen laatua selittävä tekijä on henkilöstön ja avustajien riittävyys sekä kehitysvammaisen henkilön huomioiminen yksilöllisenä ihmisenä, joka voi tehdä omia elämänvalintojaan. (Kaski ym. 2009, 174 - 175.) Asumispalveluyksikön henkilöstön riittävyyden arvioinnissa tulee tarkastella kaikkien asukkaiden yksilöllisiä palvelutarpeita sekä tarvittavia palvelutunteja yhteensä, ja suhteuttaa näin saatu kokonaistarve henkilöstötunteihin ja henkilöstön vuorokautiseen työssäoloon. Henkilöstömäärän ja pätevyyden on oltava oikeassa suhteessa asukkaiden yksilölliseen palvelutarpeeseen, elämänrytmiin ja -tilanteeseen. (Vammaisten ihmisten asumispalveluiden laatusuositus 2003, 33 - 34.)

### 3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUSSUUNNITELMA

Toiminnallinen opinnäytetyö on jossain määrin erilainen kuin tutkimuksellinen opinnäytetyö, kuitenkin siihen voi limittää tutkimuksellisia otteita. Kerron tässä luvussa miten keräsin aineistoa ja mitä menetelmiä käytin, sekä kuvaan toiminnallisen opinnäytetyön perusteita.



Kuvio 2. Toteutussuunnitelma

#### 3.1 Aineiston kokoamissuunnitelma ja menetelmien käyttö

Opinnäytetyössäni käytin työmenetelmänä laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Kvalitatiivisella tutkimuksella on tiettyjä tyypillisiä piirteitä. Ensinnäkin tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedon hankintaa ja siihen liittyen aineistoa kerätään luonnollisissa, todellisissa tilanteissa. Toiseksi tiedon keruun instrumenttina suositaan ihmisiä. Tutkija luottaa enemmän omiin havaintoihinsa ja keskusteluihinsa tutkittavien kanssa kuin mittausvälineitä käytettäessä. Seuraavaksi piirteeksi huomioin laadullisten metodien käytön aineiston hankinnassa, eli suositaan metodeja, joissa tutkittavien ääni ja näkökulmat pääsevät

esille. Tyypillinen piirre on myös valitsemani kohdejoukon tarkoituksenmukaisuus, eli tietyn asumispalveluyksikön asukkaat ja ohjaajat. Lisäksi tutkimuksen toteutus sujui joustavasti ja suunnitelmia on muutettu olosuhteiden mukaisesti. Lopuksi vielä yhtenä piirteenä on, että tapauksia käsitellään ainutlaatuisina, ja aineistoa tulkitaan juuri sen mukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164.)

Laadullisella tutkimusmenetelmällä tavoitteena ovat ihmisen omat kuvaukset koetusta todellisuudesta. Tämä edellytti minulta tutkimuksen tekijänä täsmentämistä, tutkitaanko kokemuksiin vai käsityksiin liittyviä merkityksiä. Kokemus on aina omakohtainen, käsitykset kertovat pikemminkin yhteisön perinteellisistä ja tyypillisistä tavoista ajatella yhteisössä (Vilka 2007, 97.) Minulle molemmat merkitykset olivat tärkeitä, kokemuksia keräsin asukkaiden kanssa keskustellessa, käsityksiä vuorostaan ohjaajien haastatteluissa.

Teoreettista viitekehystä ja tietopohjaa toimintasuunnitelman laatimiseksi rakensin ammatillista kirjallisuutta sekä aiempia tutkimuksia hyödyntäen sekä haastattelemalla kodin ohjaajia ja asukkaita. Tutkimushaastattelua on jaoteltu kirjallisuudessa moniin ryhmiin ja vaihtelevin nimikkein. Ensimmäisenä voidaan nimetä strukturoitu haastattelu eli lomakehaastattelu. Lomakkeessa kysymysten ja väitteiden muoto on etukäteen tarkasti määrätty. Toinen haastattelun muoto on teemahaastattelu. Se on lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto. Tällöin haastattelun aihepiirit ovat etukäteen tiedossa, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat. Kolmantena haastattelumuotona käytetään avointa haastattelua. Avoimessa haastattelussa haastatteli selvittää haastateltavan ajatuksia, mielipiteitä, tunteita ja käsityksiä sen mukaan, kuin ne tulevat vastaan keskustelun aikana. Tavallisesti avoin haastattelu vie paljon aikaa ja edellyttää useita haastattelukertoja. (Hirsjärvi ym. 2009, 205 - 209.) Käytin opinnäytetyössäni näitä kaikkia kolmea haastattelumuotoa: avointa haastattelua kartoittaessani toiveita vapaa-ajalle, strukturoitua haastattelua palautteiden keräämiseen, ja teemahaastattelua loppuarvioinneissa vapaa-ajan toimintasuunnitelman testauksen jälkeen.

Laadullisella tutkimusmenetelmällä tehdyn tutkimuksen tulisi lisätä myös tutkittavien ymmärrystä asiasta ja sen myötä vaikuttaa myönteisesti tutkittavien tutkittavaa asiaa koskeviin ajattelu- ja toimintatapoihin. Haastattelu perustuu vuorovaikutukseen. (Vilkka 2007, 100 - 104.) Fenomenologiseen lähestymistapaan kuuluu se, että haastattelutilanteen tulisi olla tilanteena mahdollisimman avoin, luonnollinen ja keskustelunomainen. Näin ollen Vilkka pitääkin avointa haastattelua lähimpänä fenomenologista haastattelua (Vilkka 2007, 113 – 114.) Oma lähestymistapani haastatteluihin oli fenomenologinen, koska ne tapahtuivat luonnollisissa tilanteissa, keskustellen useita eri kertoja ja eri tilanteissa työn ohessa. Samalla synnytin keskustelua talon vapaa-ajan toiminnoista sekä siitä, onko asukkaiden toiveita huomioitu ja pienkotien tavoitteita saavutettu. Näin toivoin ohjaajien alkavan tiedostaa omakohtaisesti miten käytäntö ja laatusuositukset kulkevat rinnakkain.

Aloittaessani tiedonkeruuta, lähdin ensimmäisenä keskustelemaan ohjaajien kanssa. Avoimissa haastatteluissa kysyin, mikä näkemys ohjaajilla on vapaa-ajan kehittämisestä, ovatko he huomioineet, mikä voisi olla mielekästä ja asukkaiden kykyjen edellyttämää toimintaa vapaa-ajalle? Haastattelin ohjaajia henkilökohtaisesti, kukin sai vastata oman pienkotinsa asukkaiden tarpeiden mukaan. Keskustelut tapahtuivat työn ohessa käytäväkeskusteluissa, kahvipöytäkeskusteluissa tai joko niin, että menin käymään jossain pienkodissa nimenomaan tiedonkeruun puitteissa. Halusin keskustella asiasta jokaisen ohjaajan kanssa, koska jokaisen näkökulma on tärkeä ja näin saisin kokonaisvaltaisemman kuvan tilanteesta ja tarpeista. Mukanani oli lehtiö tai paperia, johon kirjoitin vapaamuotoisesti kunkin ohjaajan mielipiteen tilanteesta.

Seuraavaksi lähdin kartoittamaan asukkaiden kokemuksia ja toiveita. Keskustelin ja kyselin henkilökohtaisesti työvuorossa ollessani, onko henkilöllä toiveita, mitä haluaisi iltaisin ja vapaalla tehdä. Keskustelut olivat hyvin vapaamuotoisia, keskustelin kunkin asukkaan kohdalla hänen käsityskykynsä mukaisesti aiheesta, kaikkien kohdalla ei pystytty asiaa hahmottamaan ja siitä puhumaan. Etenkin autistien kanssa, jotka kaikki

tässä tapauksessa olivat keskusteluun kykenemättömiä, asiaa ei saatu selvitettyä. Heidän kohdallaan luotin pienkodin ohjaajien näkemyksiin vapaa-ajan toiveista.

Tietoa keräsin myös työvuoroissa ollessani havainnoimalla kodin toimintoja ja elämää. Havainnoinnin suurin etu on, että sen avulla saadaan välitöntä, suoraa tietoa yksilöiden, ryhmien tai organisaatioiden toiminnasta ja käyttäytymisestä. Havainnoinnin menetelmiä on useita, havainnointi voi olla hyvin systemaattista ja tarkasti jäsenneltyä, tai se voi olla täysin vapaata ja luonnolliseen toimintaan mukautunutta. (Hirsjärvi ym. 2009, 213 – 214.) Muodostin itselleni luonnollisissa tilanteissa kuvaa asukkaiden elämästä, heidän näkemyksistään ja kyvyistään esimerkiksi liikkumisen kannalta, sekä tyytyväisyydestä nykytilanteeseen. Samaan aikaan tiedostin ohjaajien toivomien asioiden mukaanottoa elämään, ja pohdin, miten osatekijät saataisiin luontevasti sovitettua yhteen.

Toimintasuunnitelman testauksen jälkeen käytin strukturoitua lomakehaastattelua. (LIITE 1) Kirjasin lomakkeeseen muutaman avoimen kysymyksen, jolla pyrin saamaan tietoa, oliko suunnitelma ollut toimiva ja tarkoituksenmukainen. Tämän lisäksi, saadakseni kattavamman vastausprosentin, menin mukaan pienkotipalavereihin, jossa teemahaastattelun avulla pyysin mielipiteitä suunnitelmasta. Kysymykset olivat valmiina mielessäni, mutta keskustelimme niistä vapaasti, ja kirjasin mielipiteitä itselleni ylös.

### **3.2 Toiminnallinen opinnäytetyö**

Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä tai järjeistämistä. Toteutustapana voi olla kohderyhmän mukaan esimerkiksi kirja, kansio, vihko, opas, cd-rom, portfolio, kotisivut tai johonkin tilaan järjestetty näyttely tai tapahtuma. Tärkeää on, että toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät käytännön toteutus ja sen raportointi tutkimusviestinnän keinoin. Opinnäytetyön tulisi olla työelämälähtöinen,

käytännönläheinen, tutkimuksellisella asenteella toteutettu ja riittävällä tasolla alan tietojen ja taitojen hallintaa osoittava. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9 - 10.)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tutkimuskäytäntöjä käytetään hieman väljemmässä merkityksessä kuin tutkimuksellisissa opinnäytetöissä, vaikkakin tiedon keräämisen keinot ovat samoja. Se tarkoittaa sitä, että kerättyä aineistoa ei ole välttämätöntä analysoida yhtä tarkasti ja järjestelmällisesti kuin tutkimuksellisissa opinnäytetöissä. Haastatteluaineistolla saatua tietoa käytetään kuin lähdeaineistoa eli päättelyn ja argumentoinnin tukena sekä tuomaan teoreettista syvyyttä opinnäytetyössä käytyyn keskusteluun. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 57 - 58.) Keräsin kirjallisuudesta ja aiemmista tutkimuksista materiaalia nimenomaan syventääkseni tietouttani aihealueesta, haastattelu- ja havainnointiaineistoa käytin pohjana toimintasuunnitelman laatimiseksi. Alussa huomioin toiveita vapaa-ajan kehittämiseksi ja lopussa kuulin kokemuksia suunnitelman toimivuudesta sekä kehittämistyössä onnistumisesta.

Työhöni sisältyi laadullista tutkimusta ja se perustui käytännön toimintaan, sen kehittämiseen ja järjestämiseen. Opinnäytetyön raportoinnissa avasin keskeisiä käsitteitä ja teoriapohjaa, kuvasin opinnäytetyön prosessin kulkua ja vapaa-ajan toimintasuunnitelman laatimista, johtopäätöksiä ja lopuksi arvioin prosessia ja omaa kehittymistäni. Asumispalveluyksikön käyttöön jätettiin vapaa-ajan toimintasuunnitelma sekä ”ideapankki”.



## 4 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Lähestyn opinnäytetyöni aihetta mm. NOVA:n kriteerien, Kehitysvammaliiton tutkimuksen (2008) Erot, erilaisuus ja elinolot, sekä Kehitysvammaisten tukiliiton (1995) julkaisun Vammaispalvelujen laadun arviointi ja kehittäminen, kautta. Myös uudistettu vammaispalvelulaki on ollut tarkastelun kohteena.

### 4.1 NOVA – normalisaatio, osallistuminen, vuorovaikutus, aikuisuus

1990-luvulla Jyväskylän yliopisto, Kasvatus- tieteiden tutkimuslaitos ja 12 erityishuoltopiirin kuntayhtymää tekivät yhteisen tutkimuksen, joka käsitteli kehitysvammaisten aikuisten opetusta. Tämän tutkimuksen pohjalta on laadittu syvästi ja vaikeasti kehitysvammaisille nuorille ja aikuisille tarkoitettu aikuiskasvatuksen suunnitelma (NOVA). Suunnitelma on laadittu yhteistyössä erityishuoltopiireissä toimineiden 90 kokeiluryhmän kanssa. NOVA- suunnitelman tärkeimmät lähtökohdat ovat normalisaatio, osallistuminen, vuorovaikutus ja aikuisuus. Nämä lähtökohdat ovat kaiken suunnittelun perusta. NOVA sisältää aikuiskasvatuksen toteuttamismallin ja toimintoja koskevia ohjeita. Nämä ohjeet koskevat seuraavia toimintoja: asuminen, itsestä ja ympäristöstä huolehtiminen, työ- ja päivätoiminnot, vapaa-aika ja harrastukset. (Malm ym. 2004,198.)

Normalisaatiossa on kysymys ihmisoikeuksista, tasa-arvosta, valinnanmahdollisuuksista, mielipiteen ilmaisun vapaudesta ja itsemääräämisoikeudesta, joihin kehitysvammaisilla on myös oikeus. Normalisaatio koskettaa myös vaikeimmin kehitysvammaisia, joille tulee tarjota mahdollisuus elää mielekästä arkielämää. Normalisaatiolla tarkoitetaan vuorovaikutusta ja yhteistoimintaa, jossa huomioidaan kunkin ihmisen yksilöllisyys ja erityisyys. (Malm ym. 2004,198.) Normalisaatio tarkoittaa myös mahdollisuutta normaaliin viikkorytmiin.

Jotta tähän päästäisiin, tarvitaan koordinoitua asumiseen, koulutukseen, ammattiin, vapaa-aikaan ja sosiaalisiin tilanteisiin liittyvissä palveluissa. Syvästi ja vaikeasti kehitysvammaisille aikuisille palvelujen tarjonnan haasteet liittyvät mielekkäiden ja aktivoivien toimintaohjelmien kehittämiseen. Muille kehitysvammaisille aikuisille sosiaalisten vuorovaikutussuhteiden kehittäminen, jos se pohjautuu henkilökohtaiseen kiinnostukseen, toiminnallisuuteen ja aloitteellisuuteen, tarjoaa lisämahdollisuuksia mielekkäisiin ja rikastuttaviin sosiaalisiin suhteisiin ja itsenäisyyteen. (Lehtinen & Pirttimaa 1993, 28 – 29.)

Osallistuminen on sosiaalisen integraation edellytys. Kasvattajalla on sosiaalisen integraation toteutumisessa tärkeä rooli, hänen on tiedostettavaa oman toimintansa arvoperusta ja suunniteltava toiminta niin, että kehitysvammaisella on tasavertainen mahdollisuus osallistua. (Malm ym. 2004, 199.) Osittainen osallistuminen tarkoittaa, ettei henkilöltä vaadita täyttä suoritusta. Sen periaate ottaa huomioon ennen kaikkea vaikeavammaisen ja monivammaisten henkilöiden oppimisen ja kasvamisen mahdollisuuden. On riittävää, että henkilö osallistuu toimintaan omien mahdollisuuksiensa mukaan, ja että hän saa siihen kaiken mahdollisen tuen. (Lehtinen & Pirttimaa 1993, 24.)

Vuorovaikutus toisten ihmisten kanssa on ihmisen kasvun ja oppimisen kannalta välttämätöntä. Ihmisen persoonallisuus kehittyy, kun hän on vuorovaikutuksessa toisiin ihmisiin. Ihminen on samanaikaisesti sekä persoonallinen että sosiaalinen olento, ja jokainen tarvitsee sekä yksityisyyttä että yhteisöllisyyttä. Ihmisten välistä vuorovaikutusta kehitettäessä kehitysvammaisten aikuiskasvatuksessa toimenpiteet, tavoitteet ja muutosvaatimukset tulee suunnata paitsi kasvatettavaan myös kasvattajaan ja ympäristöön. Kasvattaja toimii vuorovaikutustilanteissa välittäjänä. Hän ohjaa ja auttaa kehitysvammaista selviämään vuorovaikutustilanteen vaatimuksista silloin, kun kehitysvammaisen oma toimintakyky ei siihen riitä. Kasvattajan tulee myös pyrkiä muokkaamaan tilanteita, sosiaalisia suhteita ja fyysistä ympäristöä niin, että niistä on mahdollista selvitä. (Malm ym. 2004, 199.)

Aikuiskasvatuksen keskeisenä tavoitteena on aikuisuuden tukeminen. Se tarkoittaa sitä, että kehitysvammaista henkilöä arvostetaan ja kunnioitetaan aikuisena, tasavertaisena jäsenenä hänen lähiyhteisössään. Tämä lisää myös vaikeavammaisen henkilön itsearvostusta ja – kunnioitusta sekä tukee hänen aikuista persoonallisuuttaan. Vaikeavammaista henkilöä ohjataan saavuttamaan mahdollisimman suuri autonomia eli itsemääräämisoikeus, unohtamatta silti hänen jatkuvaa tuen ja turvallisuuden tarvettaan. Toiseksi häntä tuetaan yhteisön jäsenyyteen unohtamatta silti yksilöllisyyttä ja persoonallisuuden kehitystä. Kolmanneksi tuetaan vielä hänen jatkuvaa muuttumis- ja kasvuprosessiaan. Autonomian tukeminen tarkoittaa valinnan ja päätöksenteon mahdollistamista koskemaan kokonaisuudessaan vammaisen ihmisen elämää. (Lehtinen & Pirttimaa 1993, 35 – 37.)

#### **4.2 Vammaisen henkilön vapaa-aika ja harrastaminen**

Vammaispoliittisen ohjelman, Kohti yhteiskuntaa kaikille (1995), mukaan YK:n yleisohjeissa edellytetään, että valtiot ryhtyvät toimenpiteisiin, joilla varmistetaan vammaisille henkilöille muiden kanssa yhdenvertaiset mahdollisuudet virkistäytymiseen ja osallistumiseen. Suomen tulee tukea vammaisten henkilöiden osallistumista sekä kansallisen että kansainvälisen tason liikunta, urheilu- ja muihin vastaaviin tapahtumiin. Myös vammaisjärjestöjen, liikuntajärjestöjen sekä kuntien tulee kehittää yhteistyötä ja lisätä keskinäistä koordinaatiota vammaisten integroitumiseksi tavanomaisen liikunta- ja urheilutoiminnan piiriin. (Kohti yhteiskuntaa kaikille - Vammaispoliittinen ohjelma 1995.)

Vammaiset henkilöt voivat harrastaa samoja asioita kuin vammattomatkin ihmiset, heille tulee kuitenkin tarjota vamman edellyttämiä tukitoimia. Tukea tarvitseville henkilöille tulee tarjota kokemuksia erilaisista vapaa-ajan käytön tavoista, jotta he voisivat tehdä omia ratkaisujaan. Myös tukitoimien tarjoamisessa tulee noudattaa henkilön omia toiveita. (Saloviita 1995, 78.) Henkilöä tulee tukea oman ikäkauden

mukaiseen toimintaan, ja välttää aikuisen henkilön ohjaamista lapsenomaisten harrastusten pariin. Kodin ulkopuolella tapahtuva erilainen vapaa-ajantoiminta tulee tuoda vammaisten henkilöiden ulottuville. Toimintamahdollisuuksien tulee monipuolisuudessaan vastata yleistä tasoa. (Saloviita 1995, 104 - 110.)

Suurella osalla vammaista henkilöistä ei ole palkkatyötä, joten vapaa-aika korostuu arkielämässä. Harrastusten merkitys nähdään olennaiseksi elämänlaadun osatekijäksi. Mielekäs tekeminen voidaan ymmärtää ajankäyttöä jäsentävinä aktiviteetteina, jotka antavat mielihyvää ja tunteen hauskaista tekemisestä. Erot, erilaisuus ja elinolot - tutkimuksessa tehtyjen haastatteluiden perusteella vammaiset henkilöt mainitsivat useita erilaisia vapaa-ajanvieton muotoja, niitä olivat musiikin kuuntelu, kitaran soitto, kuorolaulu, popkonserteissa käynti, saippuaopperoiden katselu, urheilun katselu, elokuvien ja videoiden katselu, videopelien ja PC-pelien pelaaminen, ulkoilu ja kävely, hiihtäminen, kalastus, metsästys, marjojen poimiminen, puutarhanhoito, shoppailu, pyöräily, ratsastaminen, koirien vieminen koiranäyttelyihin, museoissa ja näyttelyissä käyminen, maalaaminen, näytteleminen harrastajateatterissa, ulkomaanmatkustelu, käsityöt ja puutyöt, ruuanlaitto, saunan remontoiminen sekä kirjojen ja lehtien lukeminen. Näiden lisäksi useimmat haastateltavat kokivat tärkeäksi osallistua erilaisten vammaisjärjestöjen järjestämille retkille ja virkistymistapahtumiin. Isoimmilla paikkakunnilla asuvilla on paremmat valinnanmahdollisuudet oman vapaa-ajan harrastuksiin kuin pienillä paikkakunnilla. (Eriksson 2008, 77 - 78.) Useat kognitiivisen kehitysvamman omaavista henkilöistä nauttivat sosiaalisista suhteista nimenomaan sellaisessa ryhmätoiminnassa, joka vaatii aktiivista osallistumista ja ainakin jonkinasteista fyysistä kyvykkyyttä, kuten näytteleminen, käsitöiden tekeminen ja laulaminen. (Eriksson 2008, 90).

Virkistys- ja harrastustoiminnassa sosiaalisella vuorovaikutuksella on merkitystä yksilölle. Harrastusryhmään kuulumisen ja sen yhteiset tavoitteet lisäävät yhteenkuuluvaisuuden tunnetta ja näin ollen se lisää hyvinvointia. Sosiaalisella tuella tai sosiaalisilla kontakteilla on tärkeä rooli kun puhutaan vapaa-ajasta, mutta kaikkien kanssa ei Erikssonin tutkimuksen mukaan haluta luoda läheisiä ihmissuhteita.

Esimerkiksi muutamat haastateltavat kertoivat, etteivät halua seurustella muiden samassa asumispalveluyksikössä asuvien kanssa. Mielekkäämpiä olivat vanhojen ystävien tai sukulaisten seura. Tutkimuksessa kävi myös ilmi, että muilta ihmisiltä saatava tuki arkielämässä on vammaisilla henkilöille elintärkeää, mutta päivittäinen avuntarve lisää riippuvuutta ja se osaltaan vähentää tunnetta itsemääräämisoikeudesta ja siitä, että on valtaa toimittaa itse asioitaan. (Eriksson 2008, 78 - 87.)

Vapaa-ajan harrastukset sisältävät luovuutta ja elämyksellisyyttä, ne ovat parhaimmillaan hyvinvoinnin ja jaksamisen moottori. (Kähäri - Wiik, Niemi & Rantanen 2006, 161). Ajattelin niin, että talon asukkaiden vapaa-ajan kehittämisellä voitaisiin myös edistää sosiaalista kuntoutusta. Sosiaalisella kuntoutuksella edistetään kuntoutujan ja hänen elinympäristönsä välistä vuorovaikutusta, samalla kuntoutuja suoriutuu paremmin erilaisista sosiaalisista tilanteista, ja hän voi osallistua helpommin yhteiskunnan toimintaan. (Kähäri - Wiik ym. 58).

Vammaiset ihmiset tarvitsevat palveluja ja tukitoimia, joilla turvataan yhdenvertaisuuden toteutuminen. Oikeudet ja periaatteet ilmenevät muun muassa Suomen perustuslaissa, Euroopan neuvoston vammaispolitiikassa vuosille 2006 - 2015 ja Yhdistyneiden kansakuntien vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevassa yleissopimuksessa vuodelta 2006. Näiden periaatteiden mukaan on tärkeää kohdella vammaisia henkilöitä samalla tavalla kuin muitakin ihmisiä ja suoda heille mahdollisuuksia terveelliseen ja turvalliseen elämään. (Kaski, Manninen & Pihko 2009, 163.)

### **4.3 Uudistettu vammaispalvelulaki**

Vammaispalvelulain uudistus astui voimaan 1.9.2009. Se on osa laajempaa vammaislainsäädännön uudistusta. Uudistuksen taustalla ovat sekä perusoikeudet että YK:n vammaisten ihmisten oikeuksia koskeva sopimus. Vammaispalvelulain

uudistuksen tarkoitus on lisätä yhdenvertaisuutta ja itsenäisyyttä sekä parantaa mahdollisuuksia osallistua yhteiskunnan eri toimintoihin. Se toteuttaa perustuslain mukaista oikeutta välttämättömään huolenpitoon ja riittäviin sosiaalipalveluihin, vahvistaa vammaisten ihmisten itsemääräämisoikeutta ja konkretisoi suomalaisen vammaispolitiikan lähtökohtia: yhdenvertaisuutta, osallisuutta sekä oikeutta tarpeellisiin palveluihin ja tukitoimiin. (Kehitysvammaisten Tukiliitto 2009.)

Kehitysvammaisten erityishuollosta annetun lain (519/1977) 1. pykälässä tarkoitetuille henkilöille järjestetään hänen vammaisuutensa edellyttämiä palveluja ja tukitoimia ensisijaisesti vammaispalvelulain nojalla. Lain 8. pykälän mukaan kunnan on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle kohtuulliset kuljetuspalvelut saattajapalveluihin, tulkkipalveluita, päivätoimintaa, henkilökohtaista apua sekä palveluasuminen, jos henkilö tarvitsee välttämättä vammansa tai sairautensa johdosta palveluita suoriutuakseen tavanomaisista elämän toiminnoista. (Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 3.4.1987/380)

Henkilökohtaisella avulla tarkoitetaan tässä laissa vaikeavammaisen henkilön välttämätöntä avustamista kotona ja kodin ulkopuolella päivittäisissä toimissa, työssä ja opiskelussa, harrastuksissa, yhteiskunnallisessa osallistumisessa tai sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitämisessä. Henkilökohtaisesta avusta tuli lain mukaan subjektiivinen oikeus, tämän myötä lakiin on jouduttu ottamaan joitakin rajoituksia. Tämä johtuu ainakin osittain siitä, että valmisteluvaiheessa pelättiin hallitsematonta kustannusten kasvua. Yksi näistä rajoituksista on säännös, jonka mukaan henkilökohtaisen avun järjestäminen edellyttää, että vaikeavammaisella henkilöllä on voimavaroja määritellä avun sisältö ja toteutustapa. (Ahola & Konttinen 2009.)

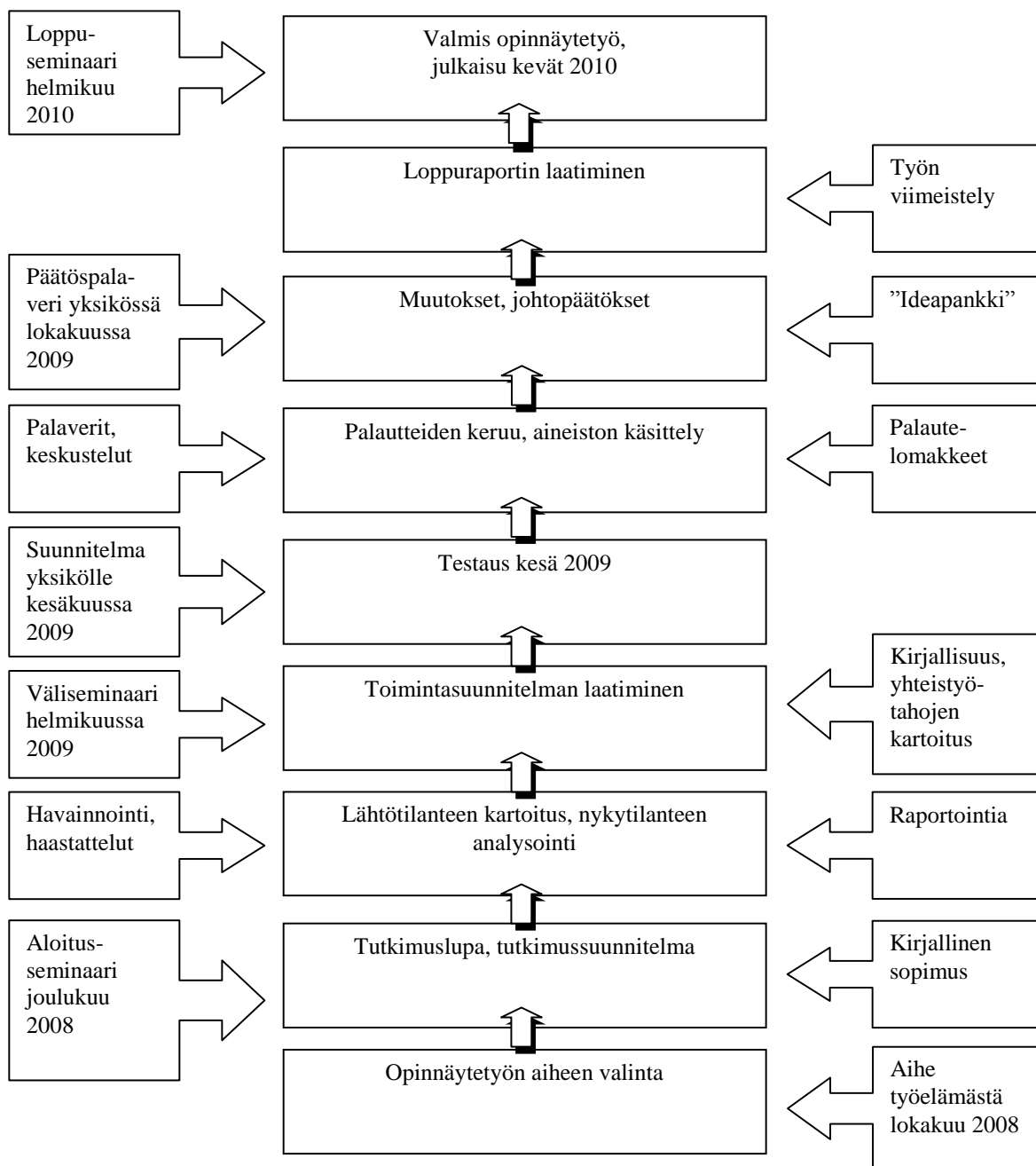
Asumispalveluyksikön kotikunta toteuttaa uudistettua vammaispalvelulakia tässä tapauksessa siten, että asukkaiden kohdalla henkilökohtainen avustaja sisältyy asumispalveluihin. Työvuorossa olevat ohjaajat toimivat hoito- ja huolenpidollisten tehtävien lisäksi myös henkilökohtaisina avustajina tarpeiden mukaan.

## 5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMISPROSESSI

Opinnäytetyöprosessi lähti käyntiin työelämästä saadulla aihe-ehdotuksella lokakuussa 2008. Aihe kiinnosti minua, ja seuraavaksi annoin aiheeni oppilaitokselleni hyväksyttäväksi. Allekirjoitimme marraskuussa opinnäytetyösopimuksen asumispalveluyksikön vastaavan ohjaajan kanssa. Laadin tutkimussuunnitelman ja esitin sen aloitusseminaarissa joulukuussa 2008. Tämän jälkeen pyysin tutkimusluvan yksikön kotikunnan kehitysvamma- ja työtoimintojen vastaavalta ohjaajalta, ja luvan saatuani lähdin miettimään opinnäytetyön runkoa.

Aloin kartoittamaan nykytilannetta havainnoimalla kodin toimintoja, avoimilla haastatteluilla henkilökunnan ja asukkaiden kanssa, sekä tutkimalla yksikön perehdytyskansiota sekä asukastietoja. Laadullisen tutkimuksen mukaisesti tavoitteenani oli kartoittaa niin asukkaiden kuin ohjaajienkin henkilöiden omat toiveet vapaa-ajan suhteen, ja sen pohjalta lähteä kehittämään toimintoja. Keräsin teorialtetta kirjallisuudesta ja tutkimuksista syventääkseni tietouttani kehitysvammaisten elämästä sekä vapaa-ajasta.

Väliseminaari pidettiin koululla helmikuussa 2009. Seuraavaksi aloitin harrastustoimintojen ja yhteistyökumppaneiden kartoittamisen ottamalla sähköpostitse tai puhelimitse yhteyttä eri toimijoihin kunnan alueella. Lopputuloksena laadin vapaa-ajan toimintasuunnitelman sen perusteella, miten yksikön omat resurssit mahdollisesti antaisivat myöten, ja luovutin sen käyttöön kesäkuun 2009 alussa. Suunnitelmaa testattiin kesän ajan, aloitin palautteiden keräämisen elokuussa. Kirjallisten palautteiden lisäksi haastattelin ohjaajia pienkotipalavereissa. Osallistuin henkilöstöpalaveriin lokakuussa, tämän jälkeen laadin johtopäätökset sekä ”ideapankin”. Prosessin loppuvaiheeseen kuului kirjoittamista, pohdintaa ja arviointia. Opinnäytetyön loppuseminaari pidettiin helmikuussa 2010.



Kuvio 3. Opinnäytetyön prosessi



## 5.1 Vapaa-ajan toimintasuunnitelman laatiminen

Haasteena vapaa-ajantoiminnan suunnitelman laatimisessa on sovittaa yhteen asukkaiden toiveet ja ohjaajien käsitykset resursseista. Asukkaiden toiveet eivät ole aina toiminnan kannalta realistisia, eikä niihin löydy resursseja kuten henkilökuntaa tai aikaa. Myös asukkaiden omat rajoitukset saattavat estää tietyn harrastuksen aloittamisen. Sen lisäksi ohjaajien toiveet ryhmätuokioista eivät välttämättä saa suosiota asukkaiden keskuudessa. Haasteena on löytää aikaa, ihmisiä ja sellaisia toimintamuotoja, jotka innostaisivat mahdollisimman monia asukkaita kokeilemaan uusia toimintoja vapaa-aikaansa.

Itsemääräämisoikeus velvoittaa kunnioittamaan asukkaiden halukkuutta osallistua järjestettyyn toimintaan, sekä kunnioittamaan vapaa-ajanvieton käytön omia toiveita. Jos asukas haluaa vain olla ja levätä, onko ohjaajalla oikeutta velvoittaa asukasta yhteiseen toimintaan? Oikeus osallistumiseen pitäisi olla kaikkien ulottuvilla, mutta miten käy niiden osalta, jotka ovat täysin muiden avun varassa? Kun keskustelin ohjaajien kanssa, sain useaan otteeseen kuulla, ettei ohjaajia ei ole riittävästi työvuorossa ainakaan harrastustoimintojen kannalta. Kun yhdellä ohjaajalla on omassa pienkodissaan monta avustettavaa, on erittäin vaikeaa tarjota yksilöllistä tukea, ohjausta ja mahdollisuutta harrastustoimintaan. Aikuiskasvatus määrittelee, että asukkaita ohjataan aikuismaiseen toimintaan, mutta entäs jos asukas on hyvin lapsenomainen ja haluaa tehdä lapsille sopivia asioita? Ohjaajan eli kasvattajan asenne on ratkaisevassa asemassa vuorovaikutuksen ja yhteistyön onnistumiselle. On löydettävä sopivia ja asianmukaisia keinoja saada asukas kokeilemaan uusia toimintoja, aktiviteetteja ja löytää tekemisen ilo. On osattava tehdä kompromisseja, kunnioitettava asukkaan mielipiteitä, mutta myös osattava kannustaa ja innostaa uusiin asioihin tutustumista.

Vapaa-ajan ja harrastusten suunnitteleminen alkaa erilaisiin mahdollisuuksiin tutustumalla ja valitsemalla kaikkein mieleisin toiminta. Lyhyisiin kursseihin ja tapahtumiin osallistuminen on ehkä kaikkein hyödyllisintä, silloin pääsee kokeilemaan

harrastuksen mielenkiintoisuutta. Harrastuksiin tutustuminen voidaan järjestää esimerkiksi kokoamalla kuvanäyttely tarjolla olevista mahdollisuuksista tai etsimällä joistain kiinnostavista harrastuksista videomateriaalia. Myös retket ja vierailut erilaisiin kerhoihin ja eri toimintojen pariin antavat käsitystä toiminnasta, siinä mukana olevista ihmisistä ja toiminnan soveltuvuudesta omiin tarkoituksiin. Integroituminen muuhunkin kuin vain työ- tai päivätoimintayhteisöön, tai koti- ja asuinyhteisöön voi luontevasti tapahtua etsimällä harrastuksia näiden tuttujen yhteisöjen ulkopuolelta. Kun harrastuksia etsitään, tutkitaan ensin mitä paikkakunnalla on tarjolla ja suunnitellaan tarjolla oleviin harrastuksiin osallistuminen esimerkiksi tukihenkilön avulla. Henkilökunnan tehtävänä on myös kehittää soveltavia harrastuksia ja vapaa-ajanviettotapoja. Normalisaation periaate on pyrittävä ottamaan huomioon myös vapaa-ajan ja harrastusten yhteydessä. (Lehtinen & Pirttimaa 1995, 76 – 77.)

Taulukko 1. Vapaa-ajan toimintasuunnitelma

	<b>Pienkoti 1</b>	<b>Pienkoti 2</b>	<b>Pienkoti 3</b>	<b>Pienkoti 4, invayksiöt</b>
<b>M a</b>	aamusauna, <b>lauluilta</b>	saunailta	<b>lauluilta</b>	kauppailta
<b>Ti</b>	päivätoiminnan ulkoilua päivällä	<b>iltaulkoilua</b>	saunailta	<b>kirjasto</b>
<b>Ke</b>	<b>lauluilta</b>	<b>lauluilta</b>	<b>iltaulkoilua</b>	kauppa- ja saunailta
<b>To</b>	saunailta	aamusauna, ruuanlaittoilta	päivätoimintaa	<b>lauluilta/ elokuva-ilta</b>
<b>Pe</b>	<b>iltaulkoilua</b>	lauluilta	lauluilta	kauppailta
<b>La</b>	ryhmäjumppa	ryhmäjumppa	ryhmäjumppa	saunapäivä
<b>Su</b>	ulkoilua/ retki/vierailu	ulkoilua/ retki/vierailu	ulkoilua/ retki/vierailu	ulkoilua/ retki/vierailu

## 5.2 Johtopäätökset

Saloviita kirjoittaa Vammaispalvelujen laadun arviointi ja kehittäminen-teoksessaan siitä, että tukea tarvitseville henkilöille tulee tarjota kokemuksia erilaisista vapaa-ajan käytön tavoista, jotta he voisivat itse tehdä omia ratkaisujaan, miten vapaa-aikaa käytetään. (Saloviita 1995, 78). Suosituksena Saloviidan mukaan on, että kodin ulkopuolella tapahtuva erilainen vapaa-ajan toiminta tulee tuoda vammaisten henkilöiden ulottuville. Toimintamahdollisuuksien tulee monipuolisuudessaan vastata yleistä tasoa, vapaa-ajan toiminnan sisältö olisi oltava iänmukaista ja perustua henkilön omiin valintoihin. (Saloviita 1995, 104 - 110.) Tämä on vaikeaa pienellä paikkakunnalla, jossa erilaisia tarjolla olevia toimintoja on vähän.

Saloviita kirjoittaa myös, että jos henkilöllä on runsaasti joutoaikaa, hän ei silloin saa tarvitsemaansa tukea vapaa-ajan toimintaan. (Saloviita 1995, 78). Tämän yksikön asukkailla on suhteellisen paljon joutoaikaa. Syynä tähän on niin heidän oma tahtonsa, kuin sekin, että ohjaajilla ei ole mahdollisuuksia antaa yksilöllistä aikaa, muut päivittäiset työtehtävät vievät sitä niin paljon.

Ilkka Haarnin tutkimuksessa Keskeneräistä yhdenvertaisuutta (2006) todetaan, että yleisesti ottaen vammaisten henkilöiden osallistumisen mahdollisuudet kulttuurin, vapaa-ajan ja osittain uskonnonkin kohdalla ovat puutteellisia: esteettömyydessä ja saavutettavuudessa on vielä kehittämistä. (Haarni 2006). Niinpä tämäkään asumispalveluyksikkö ei ollut poikkeuksellinen tässä tilanteessa.

Yksikön asukkaat ovat pääasiassa ikääntyviä kehitysvammaisia. Ikääntymisen käsite kehitysvammaisilla henkilöillä on monitahoinen, se ei ole pelkästään kronologisesta iästä johtuvaa. Kehitysvammaliiton tutkimusyksikön Kotu:n tekemän tutkimuksen, Ikääntyminen haasteena kehitysvammapalveluille (2005), mukaan toimintakyky on keskeisessä asemassa kun puhutaan kehitysvammaisen henkilön ikääntymisestä. Kun toimintakyvyssä tapahtuu heikentymistä, se johtaa ikääntymismäärittelyyn sekä hoidon ja huolenpidon tarpeen lisääntymiseen. (Numminen, Vesala, Ainali &

Järveläinen 2005, 14.) Suurin osa yksikön asukkaista on lisäksi keskiasteisesti, vaikeasti ja syvästi kehitysvammaisia, josta johtuen he tarvitsevat paljon tukea, ohjausta ja hoivaa.

Kerättyäni tietoa ja materiaalia yksikön perehdytyskansiosta, havainnoimalla päivittäisiä toimintoja, sekä haastatteleamalla ohjaajia ja asukkaita, koin tärkeäksi lisätä liikuntaa vapaa-ajalle. Liikunta on erittäin tärkeää pitkäaikaissairaille, koska sairaus, ikääntyminen ja passivoituminen vaikuttavat kaikki epäedullisesti toimintakykyyn. Kansainvälinen kehitysvamma-alan järjestö IASSID (International Association for Scientific Study of Intellectual Disabilities) on antanut suosituksen kehitysvammaisten terveysliikunnan määrästä, joka on vähintään 30 minuuttia päivässä. Liikunnan määrän lisäksi siinä esitetään, että myös niillä henkilöillä, joilla on vakavia liikuntarajoitteita, suositellaan päivittäistä passiivista tai aktiivista liikuntaa. Erityispalveluja suositellaan suunniteltavaksi niille, jotka eivät voi osallistua valtaväestölle tarkoitettuihin liikuntapalveluihin. (Numminen ym. 2005, 20.)

Nummisen ym. tutkimuksen mukaan ikääntyvien kehitysvammaisten henkilöiden liikkuminen on vähäistä ja vain noin joka neljäs liikkuu terveyssuositusten mukaan. Tähän on syynä resurssien puute, kuten henkilökunnan vähyys, kiire, liikunnan erityistyöntekijöiden vähyys tai resurssien vääränlainen kohdistaminen. Liikunnan merkitystä ikääntyvillä kehitysvammaisilla ei aina ole mielletty tärkeänä toimintakyvylle, muita syitä olivat tila- ja kuljetuskysymykset sekä ikääntyvien kehitysvammaisten henkilöiden haluttomuus tai tottumattomuus niiden käyttöön. (Numminen ym. 2005, 23.) Ohjaajien ja oma käsitykseni on, että työntekijöiden määrä tässä yksikössä ei ole oikein mitoitettu ainakaan sen suhteen, että vapaa-aikana pystyttäisiin yksilöllistä ohjausta tarjoamaan. Haasteena on myös saada ikääntyvät asukkaat innostumaan uusista toimintamuodoista, eritoten liikunnan lisäämisestä. Ohjaajien näkemys kuitenkin on, että vapaa-aikaa halutaan kehittää.

### 5.3 Jatkosuunnitelmat

Osallistuin yksikön henkilöstöpalaveriin 27.10.2009, jossa keskusteltiin vielä kerran opinnäytetyöni tilanteesta. Ohjaajien taholta toivottiin käyttöön ”ideapankkia” viikkosuunnitelman sijaan. Koostin sellaisen vapaa-ajan toimintavaihtoehtoista. (LIITE 2) Laatimaani toimintasuunnitelmaa ei sinällään ohjaajia velvoiteta käyttämään, mutta se jää elämään taustalla. Sitä voidaan hyödyntää yksikön Alli-valmennusohjelman suunnitelmissa. Alli on Kehitysvammaliiton tarjoama vammaisten ihmisten asumisen ja työ- ja päivätoiminnan arvioinnin ja kehittämisen tueksi tarkoitettu valmennusohjelma. Se tarjoaa työyhteisöille työskentelymallin ja välineet palvelujen arviointiin ja kehittämiseen. (Kehitysvammaliitto – Koulutus ja kehittäminen – Alli-valmennusohjelmat.) ”Ideapankki” laitetaan esille, ja ohjaajat voivat vapaa-ajalle tilanteiden mukaan poimia sieltä harrastusvaihtoehtoja.

Ensi keväälle on suunniteltu palaveri, johon kutsutaan kaikki kunnassa toimivat yhteisöt ja järjestöt. Koollekutsujina ovat kehitysvamma- ja työtoimintojen vastaava ohjaaja sekä avohuollon ohjaaja. Palaverissa tullaan kartoittamaan yhteisöjen sekä järjestöjen resursseja sekä halukkuutta osallistua kehitysvammahuollon asiakkaiden harrastustoimintojen kehittämiseen. Seurakunnan kanssa on jo sovittu, että tammikuussa 2010 he alkavat pitämään harrastuspiirejä kehitysvammahuollon asiakkaille. Toimintaa järjestetään niin yksikön tiloissa kuin saman kunnan työtoimintakeskuksessakin vajaan kymmenen kilometrin päässä. Kuljetukset harrastuspiireihin hoidetaan sosiaalihuollon autolla.

Henkilöstöpalaverissa päätettiin myös, että kukin ohjaaja alkaa kysellä tahollaan tuttuja, luotettavia henkilöitä, jotka haluaisivat käydä vapaaehtoisena ystäväna asukkaiden kanssa vaikkapa jääkiekkopeleissä tai konserteissa. Esille tuli myös ajatus siitä, että voitaisiin mahdollistaa aktiivisempien asukkaiden itse toimia harrastusten vetäjinä talon sisällä. Ohjaajat ovat mukana turvallisuussyistä valvomassa toimintaa, mutta vetämisvastuu voisi olla toiminnasta innostuneella asukkaalla.

## 6 POHDINTAA

Arviointia tapahtui pitkin opinnäytetyöprosessia. Ohjaava opettaja arvioi työtä väliseminaarissa ja ohjauskeskusteluissa, toimintasuunnitelmani toimivuutta arvioitiin testauksen jälkeisissä palautteissa ja palavereissa ohjaajien kanssa. Työn tilaaja arvioi suunnitelmaa viimeisessä koko talon henkilöstöpalaverissa sekä loppuraporttia ennen sen julkistamista. Itsearviointia tein pitkin matkaa, etenkin nyt loppuvaiheessa raportoinnin yhteydessä, kun kartoitin prosessin kulkua.

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuutta arvioitaessa ei ole annettu yksiselitteisiä ohjeita, mutta useimpiin tapauksiin voidaan määritellä huomioitavaksi seuraavia seikkoja: tutkimuksen kohde ja tarkoitus, omat sitoumukset tutkijana tässä tutkimuksessa, aineistonkeruu, tutkimuksen tiedonantajat, tutkija-tiedonantaja- suhde, tutkimuksen kesto, aineiston analyysi, tutkimuksen luotettavuus sekä tutkimuksen raportointi. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 135 – 138.)

Tutkin tilaajan pyynnöstä tietyn asumispalveluyksikön asukkaiden elämää ja tavoitteena oli kehittää juuri sen yksikön vapaa-aikaa. Työtä aloittaessani koin kehittämistehtävän haasteellisena, koska itse sijaistyöntekijänä olin jo kokenut tietyissä tapauksissa resursseissa puutteita. Jo lähtökohtaisesti mielessäni oli seikkoja, jotka saattaisivat rajoittaa vapaa-ajan toimintojen lisäämistä asukkaiden arkeen. Yritin kuitenkin tehdä vapaa-ajan toimintasuunnitelman sellaiseksi, että toimintoja voitaisiin nykyisillä työntekijämäärillä toteuttaa. Aineistonkeruu onnistui tarkoituksenmukaisesti ja työhön tiiviisti liittyen. Tärkeänä näin, että haastatellut tulivat kuulluksi ja toimintasuunnitelma rakentui haastateltavien toiveiden mukaisesti. Haasteellisena koin alkuvaiheessa kirjoitetun tiedon löytämistä, ja mielestäni lopulta onnistuin löytämään aiheeseen liittyvää ammatillista kirjallisuutta ja tutkimuksia. Aineistoa olisi ollut runsaasti tarjolla, mutta tarkoituksellisesti rajasin tietomäärää juuri tähän työhön soveltuvaksi, ettei teoriaosuus olisi paisunut liialliseksi. Tutkimuksen tiedonantajat poimittiin juuri kyseisen asumispalveluyksikön joukosta, ja kaikkia

kuultiin, ketkä kykenivät kuulluksi tulemaan. Asumispalveluyksikön tiedot on muutettu, ja aineistosta ei pystytäkään henkilöitä tunnistamaan. Opinnäytetyötä käsiteltiin henkilöstöpalaverissa ja sen jälkeen tehtiin muutoksia toiveiden mukaisesti, tämän jälkeen lopullinen työ annettiin tilaajalle luettavaksi ennen julkaisua. Tutkija-tiedonantaja- suhde toimi mielestäni eettisesti oikein. Aikataulu pysyi kohtuullisissa rajoissa. Vaikka alkuperäinen aikataulu ei toteutunutkaan, huolimatta viivästyksistä, ajankäyttö ei venynyt liian pitkäksi. Prosessi kesti noin vuoden verran, joka on aika tyypillinen aika opinnäytetyöprosessille. Koska opinnäytetyöni oli toiminnallinen, aineistoa ei analysoitu niin tarkoin, kuin tutkimuksellisessa opinnäytetyössä. Aineisto toimi toimintasuunnitelman taustatietona ja apuna suunnitelman laatimisessa. Luotettavaksi tutkimuksen teki mielestäni aineiston tarkoituksenmukaisuus ja aineiston keruun menetelmät, sekä yhteistyö asumispalveluyksikön sekä ohjaavan opettajan kanssa. Raportointi tehtiin tutkimuksellisella otteella, esitellen teoriapohjaa, keskeisiä käsitteitä ja avaamalla itse opinnäytetyön prosessia mahdollisimman tarkasti.

Millaista harrastustoimintaa voidaan tuoda tämän yksikön asukkaiden vapaa-aikaan, oli pääasiallinen kysymys, jonka mukaan opinnäytetyössäni etenin. Sain kattavan kuvan asukkaiden henkilökohtaisista mielenkiinnoista ja elämästä yleensäkin. Asukkaiden henkilökohtaiset resurssit huomioiden mietin pienkotikohtaisia toimintamuotoja. Ohjaajien työmäärään suhteutettuna pyrin laatimaan mahdollisimman yksinkertaiset viikkosuunnitelmat, niin, että ne olisivat myös mahdollisia toteuttaa. Sen vuoksi en kehitellyt joka illalle jotain harrastustoimintaa, vaan huomioin siivoukset, saunomiset ja muut mahdolliset toiminnot, ja lisäsin harrastuksia vain kolmelle illalle viikolla ja viikonlopuksi ryhmätoimintaa.

Vaikka alkuperäistä toimintasuunnitelmaani ei otettukaan käyttöön, koin kuitenkin, että pääsin vaikuttamaan osaltani myös laadun kehittämiseen yksikön järjestämissä asumispalveluissa, koska suunnitelmaani voidaan huomioida jossain muodossa kodin Alli-valmennusohjelman suunnitelmissa. Koostamani ”ideapankki” toimikoon mielikuvituksen vauhdittajana vapaa-ajan viettotavoille.

Opinnäytetyöni herätti ohjaajissa keskustelua ja pohdintaa vapaa-ajan toiminnan merkityksestä. Ilokseni huomasin, että työntekijöiden itseohjautuvuus kasvoi, ja että vapaa-ajan toimintojen monipuolistaminen otettiin yhdeksi ajankohtaiseksi kehitystehtäväksi yksikössä. Keskustelun herättäminen olikin yksi tavoitteistani ja toiveistani.

Osa itselleni määritellyistä tavoitteista ei kuitenkaan toteutunut. Opinnäytetyöprosessin aikataulu ei mennyt, kuten olin tutkimussuunnitelmaan kirjannut. Testaaminen aloitettiin suunniteltua myöhemmin, kesälomien alkaessa. Myös palautteiden saaminen tapahtui oletettua hitaammin. Myöskään yhteistyön kehittäminen ulkopuolisten toimijoiden kanssa ei valitettavasti onnistunut. Toivottavasti ensi keväänä järjestettävä yhteisöpalaveri poikisi jotain uutta ja mielekästä toimintaa asukkaille.

Oma tietopääomani kasvoi tämän työn aikana selvästi. Perehdyin syventävästi kehitysvammaisten elämään, heidän oikeuksiinsa ja asumispalveluihinsa. Vammaispalvelujen laatusuositukset nousivat tärkeiksi omaa ammatillisuuttani ajatellen. Opin kehittämään toimintaa asiakaslähtöisesti ja hakemaan tietoa tutkimuksellisella otteella.

Opin arvioimaan omaa toimintaani, kuten myös työyhteisön toimintaa; kohdalle sattui muutamia ammattieettisiä kysymyksiä, joita pohdin niin omassa mielessä kuin yhdessä työntekijöidenkin kanssa. Yhdessä keskusteleminen on aina kaikkein hedelmällisintä niin yhteistyön, eettisen toiminnan kuin kehittämisenkin kannalta. Tahdonkin olla jatkossa omalta osaltani tarjoamassa pysyvästi laadukasta palvelua ja kohtelua tulevissa työtehtävissäni.

***Kiitän tutkimuksen kohteena ollutta asumispalveluyksikköä yhteistyöstä, oppimiskokemuksesta sekä mahdollisuudesta osallistua toimintojen kehittämiseen!***



## 7 LÄHTEET

### Painettu kirja

Eriksson S. 2008. Erot, erilaisuus ja elinolot - vammaisten arkielämä ja itsemäärääminen. Kehitysvammaliiton tutkimuksia 3/2008. SOLVER Palvelut Oy, Anjalankoski.

Hirsjärvi Sirkka, Remes Pirkko, Sajavaara Paula 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uudistettu painos. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Karjalainen Vappu, Vilkkumaa Ilpo 2008. Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. STAKES. Gummerus Kirjapaino Oy, Jyväskylä.

Kaski Markus, Manninen Anja, Pihko Helena 2009. Kehitysvammaisuus. 4. uudistettu painos. WSOY Oppimateriaalit Oy. Helsinki.

Kähäri-Wiik Kaija, Niemi Aira, Rantanen Anneli 2007. Kuntoutuksella toimintakykyä. 5. uudistettu painos. WSOY Oppimateriaalit Oy, Helsinki.

Lehtinen Ulla, Pirttimaa Raija (toim.) 1993. Arjessa tapahtuu! Puheenvuoroja kehitysvammaisuudesta ja aikuiskasvatuksesta. Kasvatustieteiden tutkimuslaitos, Jyväskylä.

Lehtinen Ulla, Pirttimaa Raija 1995. Aikuiskasvatuksen suunnitelma NOVA: Normalisaatio, Osallistuminen, Vuorovaikutuksellisuus, Aikuisuus. Miten tukea kehitysvammaisten nuorten ja aikuisten kasvua. Kasvatustieteiden laitos. Jyväskylä.

Malm, Matero, Repo & Talvela 2004. Esteistä mahdollisuuksiin – Vammaistyön perusteet. Werner Söderström Osakeyhtiö.

Numminen Heli, Vesala Hannu T., Ainali Ilona & Järveläinen Irene 2005. Ikääntyminen haasteena kehitysvammapalveluille. Kotu-raportteja 6:2005. Kehitysvammaliiton tutkimusyksikkö Kotu. Gummerus kirjapaino Oy, Vaajakoski.

Saloviita Timo 1995. Vammaispalvelujen laadun arviointi ja kehittäminen, Ovaali. Kehitysvammaisten tukiliitto ry. Jyväskylän yliopistopaino.

Tuomi Jouni, Sarajärvi Anneli 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

Vilka Hanna, Airaksinen Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Kustannusosakeyhtiö Tammi, Helsinki.

Vilka Hanna 2007. Tutki ja kehitä. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.

## Sähköinen julkaisu

Ahola Sanna, Konttinen Juha-Pekka 2009. Uudistuva vammaispalvelulaki - Oikeus henkilökohtaiseen apuun vahvistuu. Assistentti. info 2009.

Autismi- ja Aspergerliitto – AUTISMI.

WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.autismiliitto.fi/autismin\\_kirjo/autismi](http://www.autismiliitto.fi/autismin_kirjo/autismi). Luettu 1.11.2009.

Haarni Ilkka 2006. Keskeneräistä yhdenvertaisuutta. Vammaisten henkilöiden hyvinvointi ja elinolot Suomessa tutkimustiedon valossa. Stakesin raportteja 6:2006. Valopaino Oy, Helsinki.

Kehitysvammaliitto – Koulutus ja kehittäminen – Alli-valmennusohjelmat.

WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://kehitysvammaliitto.fi/koulutus/alli.html>. Luettu 2.11.2009.

Kehitysvammaisten Tukiliitto – Vammaispalvelulaki.

WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kvtl.fi/sivu/Vammaispalvelulaki>. Luettu 8.12.2009.

Kotiranta Pirjo-Liisa 2008. Asumiseen laatua informaatio-ohjauksella, Arviointia vammaisten ihmisten asumispalvelun laatusuosituksen vaikutuksista kunnissa. Stakesin raportteja 31:2008. Valopaino Oy, Helsinki.

Nurmi-Koikkalainen Päivi 2009. Välttämätön apu elämisen mahdollistajana. Näkökulmia vaikeavammaisten henkilöiden asumiseen ja apuun. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Valopaino Oy Helsinki.

Sosiaali- ja terveysministeriön oppaita 2003:4. Yksilölliset palvelut, toimivat asunnot ja esteetön ympäristö. Vammaisten ihmisten asumispalveluiden laatusuositus. Suomen kuntaliitto. Edita Prima Oyj, Helsinki.

PALAUTTEET VAPAA-AJAN TOIMINTASUUNNITELMASTA:

Oletko noudattanut laatimaani ”vapaa-ajan toimintasuunnitelmaa”?

Mitä hyvää / huonoa siinä on?

Onko ollut ongelmia sen noudattamisessa, millaisia?

Parannus- / kehitysehdotuksia, muita kommentteja?

Vastaathan 31.7.09 mennessä, kiitos.  
T. Satu Vähäyjylkkä

## IDEOITA VAPAA-AJALLE

### ✓ Lukupiiri:

selkokieliset julkaisut, sanoma- ja aikakauslehdet, romaanit (jatkokertomus) ym.

### ✓ Liikunta:

ulkoilua, ryhmäjumppaa, kuntosalia jne.

### ✓ Musiikki:

laulua, pianonsoittoa, "levyraati" tms.

### ✓ Askartelu:

pääsiäis-, joulukoristeiden, ystävänpäivä-askartelua tms.

### ✓ Käsityöpiiri:

neulomista, virkkaamista, huovuttamista jne.

### ✓ Peli-ilta:

palapelit, lautapelit, korttipelit yms.

### ✓ Retki / vierailu / autoajelu:

diskot, näyttelyt, kyläilyt, makkaranpaistot, kahvilla käynnit jne.

### ✓ Ulkopuoliset harrastuspiirit:

kansalaisopisto, järjestöt ym.

### ✓ Luonnossa liikkuminen:

marjastusta, kalastusta jne.

### ✓ Elokuvailta

TUTKIMUSLUPA-ANOMUS  
8.12.2008

Kehitysvamma- ja  
työtoimintojen vastaava ohjaaja

Olen Keski-Pohjanmaan Ammattikorkeakoulun toisen vuoden aikuispuolen sosionomiopiskelija, ja pyydän lupaa tutkia kunnassanne sijaitsevan kehitysvammaisten asumispalveluyksikön asukkaiden elämää ja arkea.

Tutkimus liittyy opinnäytetyöhöni, jonka aiheena on ”Iloa Arkeen”-kehitysvammaisten asumispalveluyksikön vapaa-ajantoiminnan kehittämistyö. Tavoitteenani on luoda kokonaisvaltainen kuva asukkaiden tämänhetkisestä elämästä, tutkia ja pohtia millä keinoilla ja menetelmillä yksilöllisesti saadaan vapaa-aikaan lisää tarvittaessa sisältöä ja mielekkyyttä. Tavoitteenani on siten laadun parantaminen asumispalveluyksikön järjestämissä asumispalveluissa. Kehittämistehtävänäni näin ollen on saada luotua pienkodeittain yksilölliset vapaa-ajan toimintasuunnitelmat, joita testataan käytännössä keväällä.

Raportoinnissa huomioin salassapitovelvollisuuteni, kuvaan kehittämistyötä yleisellä tasolla asumispalveluyksikön kannalta. Ne tiedot, joita tarvitsen analysointiin ja kehittämistyöhön kodin omista kansioista, jäävät salaisiksi. Opinnäytetyön ohjaajilla ja tekstinohjaajalla on oikeus lukea salattu aineisto, mutta ei julkistaa eikä säilyttää sitä.

Jos tähän anomukseen tarvitaan perusturvajohtajan lupa, anomuksen voi lähettää edelleen hänelle.

Yhteistyöterveisin

Satu Vähäjlkkä